

10:30～ 温泉街～積善館



積善館本館は、数少ない湯宿の建造物として
県重要文化財に指定されています。

『千と千尋の神隠し』のモデルに
されたのでは？との噂が広まり
見学スポットに人気のお宿です。
赤色の橋は人気撮影スポット♪

10:45～ 温泉街～おみやげ探し！

高田屋菓子舗



TEL: 0279-64-2702
営業時間: 8:00～18:00
定休日: 年中無休

元祖温泉饅頭のお店
限定品の地元上信越高原産大粒
紅いんげん豆濡甘納豆も大人気！

～温泉まんじゅう・伝説銘菓夢まくら～ 楓月堂



TEL: 0279-64-2508
営業時間: 8:00～18:00
定休日: 不定休

美味しい「温泉まんじゅう」と
伝説銘菓「夢まくら」を是非!!

12:00～ 昼食

あすなろ



TEL: 0279-64-2159
営業時間: 11:00-15:00, 18:00-23:00
定休日: 毎週水曜日

地元沢田産の上州麦豚を使った
やわらかとんかつをはじめ、
ラーメン、丼、お酒など。
地元の方々にも人気のお店！

自家製粉手打ち蕎麦処 小松屋



TEL: 0279-64-2609
営業時間: 11:30～15:00
(売り切れ終了あり)
定休日: 不定休

四万温泉 蕎麦処 小松屋は、
江戸時代末期から四万温泉で続く
老舗そば屋です。挽きたてのそばが
食べられます。四万温泉の清流で
打ったそばを是非一度、
お召し上がり下さい！



安全運転でお帰りくださいませ。
またのお越しをお待ちしております！



またきてね♪

四 万 温 泉

しまおんせん
一人旅冬編

四万温泉一人旅(仮)

『自然回帰』

日頃の忙しさを忘れ、大自然豊かな土地に秘湯があり、のんびり・ゆっくり・静かに過ごす事が出来る贅沢な場所。それが、四万温泉です。

time schedule

9:00 出発!



11:00 tsumuji (つむじ)



@tsumuji

館内には、地産の食材を用いたカフェ、雑貨ショップがあり、食事処などのショップ7店が集まる「横町」があります。また、四万温泉の湯を気軽に楽しめる足湯があり、ワークショップの開催やアートの展示等も行われ、文化や芸術に気軽に触れることができる施設です。



12:00 甌穴見学・昼食



国道353号線沿いの四万川に、大小8個の甌穴が見られます。大きいものは口径8メートル、深さ3.2メートルを超えます。甌穴とは、川の渦巻き状の流れにより、石や砂が同じところを回り、川底の岩盤と

接触して浸食されてできた丸い穴です。数万年もの年月を経た自然の驚異的産物です。

森のカフェKISEKI 0279-64-2290



おすすめ
ベイクドチーズケーキ 400円
つるや特製の限定ビーフシチューも大人気!
営業時間: 10:00~15:00

定休日: 不定休 電話でご確認をお願いします。

景勝地「甌穴」の駐車場に位置するカフェ。
美味しいコーヒーで一休み♪

13:00~四万温泉湯めぐり



鹿視キセキの湯 つるや



四万温泉発祥の地「日向見」にてお客様をお迎えしております。深い木立を吹き抜ける透明な風と、染み入るようなせせらぎの音。4つの源泉を楽しめる温泉で心も体もリフレッシュ!

四万やまぐち館

清流四万川のほとりにございます。温泉は建物の真下から湧出しており、源泉のままご利用頂いております。毎夜語られる女将の紙芝居はすっかりおなじみとなりました。(お休みの日もございます。)



積善館



月替り懐石料理が評判。元禄の創業以来19代、300年以上にわたり変わらずに湧き出でる積善の湯とともに、訪れるお客様の心と体を癒します。

《四万温泉の事》

四万の温泉は昔から飲めば胃腸によく、入れば肌によいと言われ、多くの方に愛されてきました。

泉質は源泉により多少成分量は異なりますが、ナトリウム・カルシウム・塩化物・硫酸塩泉です。

赤ちゃんからお年寄りまで、お肌に優しい温泉成分が疲れた身体を癒してくれます。

大自然に囲まれたとても良い環境で、きれいな空気にきれいな空、マイナスイオンをたっぷり浴び、鳥の囀りを聞きながらのお散歩はとても気持ちが良く元気をもらえます!

夜は手で掴めそうな星空を眺める事が出来ます。

大自然の四万温泉を是非体感して下さい!

15:30~チェックイン



16:00~周辺探索~お散歩

国指定重要文化財 日向見薬師堂
永延3(989)年のころ、源頼光の家来、碓氷貞光(うすいのみつ)が夢の中に現れた一人の童子から「あなたの読経の真心に感心し四万(よんまん)の病気を治す温泉を与えよう、われはこの山神である。」と神のお告げを聞き、目を覚ますと枕元に温泉が湧き出たという伝説があります。この薬師様は、病気を治すために温泉に来る人から「湯前薬師」と敬われ、昔からたくさんのお参りがありました。



奥四万湖



四万温泉の最奥に位置する奥四万湖は、四万川ダムによりつくられた湖です。ここに湛えられる水は写真の様に、コバルトブルーの不思議な色をしています。堤防からの眺めは絶景の撮影スポットです。

堤防の下側に「日向見公園」などが整備されています。

運が良いと...

『ニホンカモシカ』に出会えるかも♪

好奇心旺盛で、じっと佇んで人間観察をするらしいです(笑)
大人しい性格なので、絶対に驚かせたりいじわるをしないで下さいねっ♪



17:00~お宿へ~ゆったりタイム

美味しいお食事と四万温泉自慢の温泉にたっぷり浸かり日頃のお疲れを吹き飛ばしましょう!

2日目

10:00~チェックアウト



温泉街へ出発!

